

診療室だより

8月号 歯科衛生士 奈良輪

皆さん、なぜ虫歯ができるのでしょうか？

虫歯ができる必須条件は次の4つです。

- 1 歯がある
- 2 口中に虫歯菌がいる
- 3 虫歯菌の栄養源がある（糖がある）
- 4 虫歯菌が増える時間がある



虫歯菌の栄養源となる糖類は甘いお菓子だけでなく、総菜の調味料や米、パンなどの炭水化物も含まれます。

虫歯菌が増えるとそのかたまりである歯垢に酸が発生し、酸が歯を溶かして虫歯ができてしまいます。

虫歯のできやすい場所TOP 3

- 1, 歯と歯の間（隣接面）
- 2, 奥歯の噛む溝（咬合面）
- 3, 歯の根元（歯頸部）

虫歯予防には歯磨き粉を使って磨きましょう！（フッ化物配合のもの）